Revista de la MUJER

Novedosos y Fáciles Tejidos Veraniegos



Moda

FRESCURA Y LIBERTAD, ESTILO DEL VERANO

COMO, CUANDO Y POR QUE MUEREN HOY LAS MUJERES

•

LA CALVICIE PUEDE SER ERRADICADA TOTALMENTE

El nuevo presidente de los Estados Unidos, Ronald Reagan, es padre de 4 hijos. Reagan, quien asumirá su cargo el 20 de enero del año próximo, se casó en primeras nupcias con Jane Wyman, y de esa unión nació Maureen, que hoy tiene 39 años. Más tarde, el matrimonio adoptó a Michael, cuatro años menor que su hermana. Los hijos mayores del flamante presidente han colaborado con él en la campaña electoral, sobre todo Maureen, quien desde hace más de 20 años participa activamente en el Partido Republicano. Ninguno de los dos parece haber triunfado demasiado en su vida amorosa, ya que son divorciados, y tampoco han completado carreras universitarias.

Maureen tiene dos matrimonios en su haber, trabajó algún tiempo como actriz y también como empleada en una empresa. Michael, también casado dos veces, es padre de un pequeño y trabaja en una compañía vendedora de material agrícola.

Los hijos menores de Reagan nacieron de su actual unión con Nancy. Patricia tiene 27 años, es soltera y ha trabajado como actriz. Tiene una vida muy independiente, y a menudo se conocen las profundas diferencias de opinión que existen entre ella y su padre. En cuanto al hijo menor, Ronald, tiene 22 años y se dedica a la danza. Pertenece al cuerpo de baile Joffrey II de Nueva York, y nunca demostró interés por la política. Hosco y huraño con la prensa, suele declarar que su familia no es demasiado diferente de las otras. "Hay muchas familias que también están fragmentadas", expresa.

Sin embargo, y a pesar de que sus hijos restan importancia a la desunión que existe con su padre, es indudable que si bien Reagan triunfó en las urnas, no le ocurrió lo mismo con su descendencia.



Dos de los hijos de Ronald Reagan. Arriba, Maureen, de 39 años. Abajo, Ronald Jr., es miembro de un importante ballet norteamericano.



La presencia femenina parece estar insertándose en la nueva vida política brasileña. Así lo demuestran las recientes afirmaciones de la exdiputada carioca Sandra Cavalcanti, quien anunció ante la prensa de ese país la formación del Partido Demócrata Cristiano.

En esa oportunidad, la Cavalcanti afirmó que: "El Partido Demócrata Cristiano será de tendencia liberal y democrática, y se encargará de defender los derechos de la clase media brasileña, que ha sido traicionada por el gobierno y abandonada por la oposición".

La exdiputada explicó además que los estatutos, programa y manifiesto de la agrupación ya han sido aprobados, y que solo falta la autorización del Tribunal Superior Electoral para que el nuevo partido comience a actuar en la vida política del Brasil.

Desde noviembre de 1979, fecha en la cual el actual gobierno promulgó la ley de reformulación partidaria, son 6 los partidos que se han organizado. Si todo sale como la Cavalcanti tiene previsto, su agrupación pasará a ser el séptimo partido constituido desde ese momento.

La figura de Sandra Cavalcanti, conocida por su fuerte personalidad y sólida cultura, es muy bien vista por los observadores políticos de su país.



Elsa Galotti, la flamante "Mis Argentina", es una soberana especial. No solo posee belleza, gracia y femineidad, sino también opiniones claras y definidas, a pesar de tener apenas 20 años.

Elsa es deportista: practica aerobismo, tenis y voley. También estudió danzas clásicas, tareas que enseña a niñas de 6 a 13 años. Hace un tiempo, comenzó a estudiar arte escénico en el taller que dirige Carlos Gandolfo, y manifiesta de continuo que su máxima ambición es llegar a ser actriz. La reina de belleza vive con sus padres, y afirma que esa situación no le quita independencia, ya que cree que todo está en relación con la disposición interior de la persona. "La independencia es para mí saber lo que quiero y elegir mi camino".

También coincide en parte con las ideas feministas en cuanto a igualdad de condiciones para el hombre y la mujer, aunque cuestiona la falta de femineidad y la agresividad que ostentan muchas representantes de esos movimientos.

Elsa no tiene novio, y tampoco parece apresurada ante la idea del casamiento. Su ideal actual es seguir estudiando teatro y llegar a ser una buena actriz.





Gina Lollobrigida y Lina Wertmüller, dos mujeres de más de 50 años que siguen siendo activas y luchadoras. Gina, fotógrafa. Lina, cineasta.



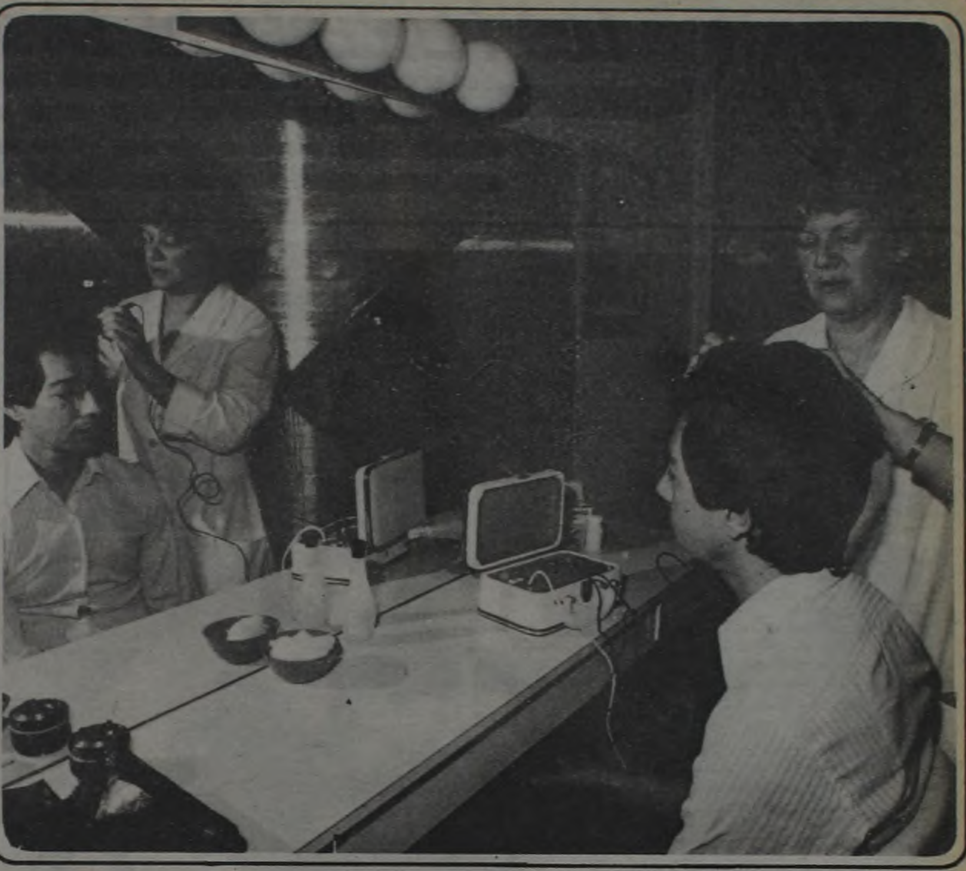
Contrariamente a lo que comúnmente se cree, no todas las mujeres de más de 50 años se sienten "viejas".

La actriz italiana Gina Lollobrigida, de 53 años, manifiesta de continuo que se siente mejor que cuando era joven. Actualmente se dedica a ejercer una de sus pasiones, la fotografía, y dice con total naturalidad: "Creo que a la belleza que he tenido siempre se le han sumado una mayor seguridad y una expresión más serena. No le temo a la soledad".

La directora de cine Lina Wertmüller, de 52 años, tampoco se siente molesta por la edad, y opina que ésta depende solo de la salud. "Si hago cuentas —afirma— tengo que decir que estoy bien. Claro, si miro una foto mía de hace 20 años, me digo que era una flor. Sin embargo, ahora tengo más carácter, y cuento con más experiencia".

Otra mujer famosa, la actriz Franca Valeri, quien está muy cerca de los 60 años, dice que "el tiempo pasa muy lentamente para acostumbrarme a la idea de estar volviéndome vieja. En cuanto a mi relación con los hombres no puedo quejarme: desde hace unos años, prefieren a las mujeres maduras".





La Calvicie ya no es un Problema

En muy pocos meses se puede recuperar totalmente la cabellera perdida. Con un adecuado tratamiento médico y estético, las fibras capilares se vigorizan y se logra el crecimiento de nuevos cabellos que devuelven el aspecto de felicidad a hombres y mujeres. La calvicie es un proceso paulatino y constante que se inicia en en la adolescencia y se extiende vertiginosamente. Sepa cómo evitar su aparición y detener su avance.

La apariencia estética de hombres y mujeres se ve afectada por la prematura caída del cabello. En muchos casos, esta pérdida comienza a manifestarse en la juventud y avanza paulatinamente hasta convertirse en un grave problema de calvicie.

La alopecia o pérdida de cabello es más frecuente en los hombres y son varios los motivos que la originan. Afortunadamente, la investigación de las causas determina un tratamiento breve con resultados más que positivos, ya que a la detención de la pérdida de cabello se suma el crecimiento de nuevas fibras capilares que reemplazan a las anteriores y recuperan el aspecto estético normal.

CUIDADO CON LA SEBORREA

La caspa o optiriasis es el factor desencadenante de la alopecia. Generalmente se presenta en la pubertad, alrededor de los 12 años, especialmente en muchachos con pieles grasas o seborreicas. El aumento de la caspa alcanza su apogeo hacia los 18 años y en los dos años posteriores las escamas blancas y secas aumentan su espesor y toman un aspecto grasiento. Dejan de ser células muertas aisladas y se agrupan perdiendo individualidad y forman un magma barroso que se acompaña de picazón. Esta picazón, se extiende desde el rostro hacia el cuero cabelludo y comienzan a detectarse puntos negros o comedones.

Cuando la seborrea se apodera por completo del cuero cabelludo, se inicia la calvicie en el hombre. Aquí, es donde la madre de un adolescente con problemas de seborrea en piel debe intentar un tratamiento que detenga este problema.

A la caída constante, progresiva y lenta del cabello, le sucede una pilogénesis o crecimiento deficiente del pelo. Estos se caracterizan por ser más finos, cortos y atróficos.

Cuanto más joven es la persona, más rápida es la evolución de la alopecia y cuanto más graso o seborreico el cuero cabelludo, más se acelera la caída brusca y frecuente del pelo.

La alopecia comienza a manifestarse por un retroceso del borde piloso frontal, acompañado de una profundización mayor de los ángulos fronto-temporales, es decir, las conocidas "**entradas**". Estas prosiguen su avance en profundidad y se ensanchan formando dos canales que se unen detrás de la zona pilosa frontal dejándola aislada como un islote

En el siguiente paso esta afección se instala en el ángulo medio superior de la cabeza, sobre el vértex. Allí se localiza un punto alopécico que se agranda hasta formar una placa redondeada separada de la alopecia frontal por una franja que mantiene pelo. Al desaparecer ésta, ambas alopecias se unen creándose una gran zona calva en forma de U, con un borde posterior que avanza hacia la periferia de la cabeza. Por último, se mantiene el cabello en las regiones occipital y temporal. Este es el grado más avanzado, el que puede acentuarse aún más, quedando un cerco piloso de dos o tres dedos de ancho que va desde la nuca hacia la región temporal rodeando las orejas; ésta se denomina "**calvicie hipocrática**" y precede a la calvicie total o bola de billar.

PREVENIR A TIEMPO

Ya dijimos que un tratamiento conviene iniciarlo con la aparición de los primeros síntomas de caspa o seborrea del adolescente. Es común creer que éstos son problemas de la edad que desaparecerán con el crecimiento. Craso error, no solo no se eliminarán solos sino que se constituyen en el germen de una calvicie que puede originar, además, trastornos de conducta.

El tratamiento a seguir debe iniciarse con una historia clínica del paciente que determine la causa de la seborrea y pérdida del cabello. Entre ellas, se encuentran los desequilibrios gastrointestinales, hepáticos o nerviosos. Una vez conocidos los motivos, la nutricionista elaborará una dieta que elimine alimentos que provoquen la continuidad de este proceso.

De ser necesario, en los casos de stress, angustia o irritabilidad neuronal, se incluye una entrevista sicológica.

Identificadas las causas, comienza entonces una terapia clínica que se apoya siempre con celuloterapia y atención dermatológica y cosmiátrica. Se prescriben champúes y lociones específicas destinadas a regular la secreción sebácea y estimular el crecimiento de nuevos cabellos.

UNA SOLUCION RAPIDA Y EFICAZ

Desde el punto de vista cosmiátrico, se inician sesiones dos veces a la semana para aplicar diversas técnicas. Uno de los pasos es la **iontoforesis** o introducción de sustancias dentro del folículo piloso, que resulta sumamente eficaz para combatir la seborrea y nutrir la papila. El elemento que se utiliza es la procaína, que tiene un alto poder de estimulación celular.

Luego se procede con **masoterapia local**, que consiste en la estimulación mediante precisas manipulaciones destinadas a "**despegar**" el cuero cabelludo endurecido o esclerosado y activar la circulación. Con esta técnica se logra un mayor aporte de oxígeno y elementos nutrientes.

El tercer paso es la exposición gradual a **radiaciones ultravioletas** que complementará el estímulo circulatorio y oxigenante, a lo que se suma su poder bactericida.

Finalmente, se aplican, en cada sesión, ondas de alta frecuencia que estimulan las terminaciones nerviosas.

Un tratamiento eficaz dura de cuatro a seis meses en sesiones de dos veces por semana. Un factor a tener en cuenta es que, aunque la alopecia se recupera con estas técnicas, conviene prevenir en la adolescencia las calvas incipientes.

Esta nota fue hecha con el asesoramiento del equipo de trabajo de Estética Integral. Santa Fe 1769. 2º Piso.

Motivos que Originan la Alopecia Femenina

Esta afección es casi privativa del sexo masculino, al que ataca en un porcentaje que va del 80 al 90%. En la mujer aparece por determinados motivos. Se destacan tres tipos de alopecia:

Post-partum: Aparece entre los 60 y 75 días posteriores al parto y dura alrededor de 6 semanas. Aunque el pelo caído se repone espontáneamente, un tratamiento local acelera el proceso de normalización.

Endocrina: Se origina como consecuencia de distintas enfermedades como las determinadas por hiper o hipofunción hipofisiaria, tiroidea o suprarrenal. Aquí debe tratarse la enfermedad y acompañarlo con una atención local.

Sicogénica: Es una caída brusca, parcial o total de los cabellos. Se debe a traumas emocionales muy intensos. El tratamiento se basa en la sicoterapia acompañada de masoterapia local combinada con elementos de fisioterapia.

A este tipo de alopecias se les agregan otras provocadas por tracción en el peinado, rodetes o colitas y por el uso de elementos de cosmética demasiado agresivos, lociones para planchado o estiramiento, permanentes, etcétera.

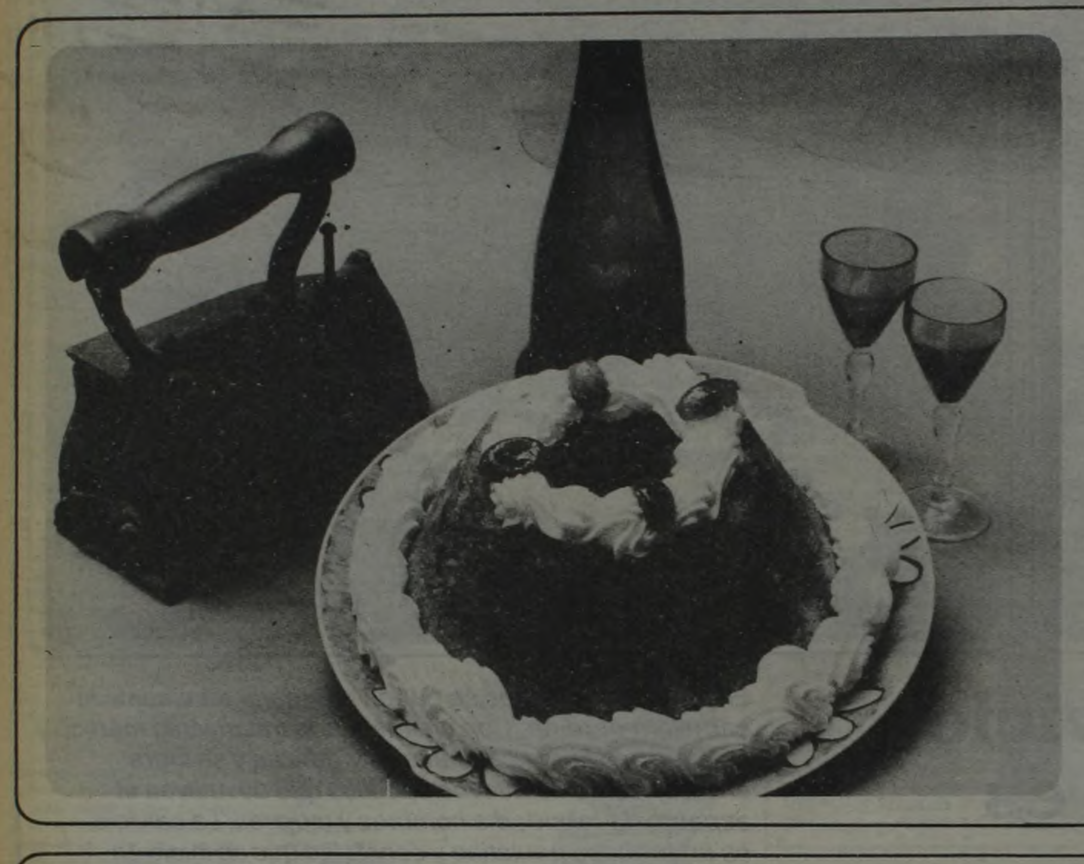


LOS PLACERES DE LA MESA

Una premisa de la economía hogareña es que nada debe tirarse ya que todo puede ser transformado. Hasta el pan que ya no usamos puede convertirse en exquisito postre.

PELUSA MOLINA





Budín de Pan "Big-Ben"

INGREDIENTES (para 6 a 8 porciones)
250 grs de pan descortezado cortado en daditos; 250 gr. de leche; 5 huevos; 50 gr. de manteca; 2 manzanas ácidas peladas; 100 gr. de pasas de uva remojadas; 50 gr. de cáscara de naranjas abrillantadas picadas; 75 gr. de azúcar molida; ralladura de 1 limón; crema chantilly para acompañar.

****
PREPARACION
****

Remojar el pan en la leche, exprimirlo bien y dorarlo en la manteca. Dejarlo enfriar y colocarlo en un tazón. Rallar las manzanas con el rallador grueso de verduras; mezclar las pasas con las cáscaras de naranjas abrillantadas y mezclar con el pan. Trabajar todos estos ingredientes en el tazón con la mano hasta obtener una pasta homogénea.

Separar las yemas de las claras. Batir ligeramente las yemas con el azúcar y mezclarlas a la preparación de pan mezclando bien con cuchara de madera. Batir las claras a punto de nieve y agregarlas muy suavemente a la preparación anterior.

Enmantecar muy bien una budinera de 1 ½ litro y verter en ella la preparación. Cocinar en horno a baño María a fuego moderado durante aproximadamente 1 hora hasta que se note firme. Dejar enfriar y desmoldar. Servir acompañado con la crema chantilly y bañado con caramelo líquido.

Budín de Pan Hawaiano

INGREDIENTES (para 4 ó 6 porciones)
3 tazas de leche caliente; 2 tazas de daditos de pan descortezado del día anterior; 3 huevos; 1/2 taza de miel; 1/2 taza de manteca derretida; 1 cucharadita de esencia de vainilla; 2 bananas cortadas en rodajas; 2 cucharadas de azúcar molida.

****
PREPARACION
****

Colocar el pan en un tazón y verter sobre él la leche recién hervida y dejar reposar durante unos 5 minutos.

Batir 1 huevo y dos yemas con la miel; añadir la manteca y la esencia. Volcar la mezcla sobre el pan remojado y deshacer bien con un tenedor hasta que quede deshecho.

Verter en una fuente de horno enmantecada y cocinar a baño María en horno moderado durante 1 hora 15 minutos aproximadamente, debiendo quedar firme

Batir las claras sobrantes a punto nieve bien firme, agregarles el azúcar de a poco y seguir batiendo hasta que forme picos.

Cubrir el budín con las bananas y extender encima el merengue con una espátula de hoja ancha formando picos altos.

Volver a horno a temperatura mínima durante unos 15 minutos o hasta que el merengue está suavemente dorado.

Dejar enfriar y servir.

Budín de Pan y Pasas

INGREDIENTES (para 4 ó 6 porciones)
5 rebanadas de pan tipo lácteo cortado en daditos; 1/2 taza de pasas de uva; 2 tazas de leche; esencia, ralladura o licor a gusto; 3 huevos ligeramente batidos; 100 gr. de manteca; 1/2 taza de azúcar molida.

****
PREPARACION
****

Colocar los dados de pan en una fuente para horno redonda no muy alta, bien enmantecada. Distribuir encima las pasas de uva.

En una cacerolita mezclar la leche, la esencia licor o ralladura, la manteca y el azúcar; calentar hasta que la manteca se derrita. Retirar el fuego y agregar los huevos ligeramente batidos, mezclando todo bien con un batidor de alambre.

Verter lentamente sobre el pan y llevar a horno moderado durante 45 minutos aproximadamente. Probar si está cocido introduciendo la punta de un cuchillo, si no sale pasta adherida está a punto. Servir caliente o frío.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

Milanesas de Berenjenas

INGREDIENTES (para 4 porciones)
4 berenjenas medianas; 2 huevos; 100 gr. de queso rallado; cantidad necesaria de pan rallado; sal, pimienta, aceite abundante para freír.

****
PREPARACION
****

Pelar las berenjenas y cortarlas en cuatro a lo largo, debiendo quedar de un grosor mediano. Batir los huevos con sal y pimienta. Pasar las berenjenas por el queso rallado, luego por el huevo y finalmente por el pan rallado, haciendo que éste se adhiera bien.

Freírlas en el aceite caliente de a poco y escurrir sobre papel absorbente. Son ideales como guarnición de carnes o bien puestas en una fuente de horno cubiertas con una salsa de tomates y queso mozzarella y calentar hasta que el queso se derrita.

Hospitales Municipales ¿Caros o Baratos? ¿Perfectos o Inútiles?

Cierres inminentes, mejoras edilicias, arancelamiento de las consultas y el traspaso de 10 hospitales nacionales a la Comuna Metropolitana despiertan expectativas y dudas. ¿El servicio que brindan satisface realmente al paciente con premura y eficiencia?

El tema de los hospitales municipales es, desde hace ya largo tiempo, constante preocupación de autoridades y ciudadanía.

La importancia dada a la



cuestión obedece a múltiples factores. Quizá el sobresaliente sea que los centros hospitalarios de la Comuna Metropolitana son los que más casos deben atender anualmente.

La situación de estos hospitales ha variado mucho según las épocas. Algunas han sido de descuidos, otras, de reorganización y resurgimiento. Es bueno quizá, entonces, examinar el estado actual de los hospitales municipales, para llegar a ver cuáles son los logros alcanzados y qué aspectos faltan aún por considerar para brindar a la población un servicio óptimo respecto de una de las cuestiones que más importan: la salud.

REESTRUCTURACION IMPOSTERGABLE

En 1974, las columnas editoriales de varios diarios de la Capital, coincidían en señalar las deficiencias de los hospitales municipales. Faltaban medicamentos, placas radiográficas, alimentos y otros elementos imprescindibles para brindar una correcta atención.

La reestructuración del sistema hospitalario de la Comuna Metropolitana, se vio como un hecho impostergable. Muchos nosocomios, de vieja estructura edilicia, ya no podían atender las demandas sanitarias de una sociedad moderna. Tales fueron los casos, por mencionar algunos, de los viejos hospitales Rawson y Santojanni que más tarde serían cerrados en forma definitiva.

Ya en 1977 se anunció el comienzo de las tareas de recuperación edilicia de otros: Pirovano, Argerich, Fernández, Ramos Mejía y Durand, obras que actualmente se encuentran finalizadas.

También se procedió a remodelar las áreas de urgencia del Hospital de Niños Pedro de Elizalde y del Hospital Pirovano.

En cuanto a la tecnología incorporada al servicio hospitalario, recientemente se inauguraron los sectores de Nefrología y Diálisis en los Hospitales Durand y Fernández.

Asimismo, actualmente se encuentra en construcción el Hospital de Pediatría, que ni bien esté finalizado pasará también a depender de la Comuna Metropolitana. Dicho nosocomio, atenderá a infantes hasta los 6 años, tendrá diferentes servicios. Habrá un sector de cuidados intensivos, otro de cuidados intermedios y finalmente el sector de cuidados mínimos o pre-alta. La atención no será solo hospitalaria, ya que se prevé la asistencia de enfermos en sus hogares. Los consultorios externos funcionarán 12 horas por día, y el servicio de internación, jornada completa.

Durante los últimos años, también se ha verificado una mejora en cuanto al abastecimiento y el ingreso de insumos a los hospitales. Pero queda aún una cuestión importante por resolver. Desde hace un tiempo, corren versiones de un posible cierre del hospital de enfermedades infecto contagiosas Muñiz. Tal medida estaría fundamentada en la antigüedad del edificio, pero aún no hay expresión oficial al respecto. También se ha visto necesaria la construcción de un nosocomio que reemplace al Alvear. Pero ninguna de estas dos cuestiones ha sido resuelta todavía, y quizá formen parte de las principales incógnitas que se ciernen sobre el tema de los hospitales municipales.



LAS TRANSFERENCIAS

En forma reciente, el Ministerio de Bienestar Social y la Municipalidad de la Ciudad de Buenos Aires, celebraron un convenio por el cual se traspasarán 9 hospitales nacionales a la Comuna Metropolitana.

La nómina de los hospitales afectados por la medida es: Bernardino Rivadavia; de gastroenterología; de odontología; Doctor José T. Borda; Doctor Braulio Moyano; Infanto Juvenil Doctora Carolina Tobar García; los institutos de Odontología Infantil; de Oftalmología y de Cirugía y Traumatología Torácica.

La Municipalidad cuenta actualmente con 21 hospitales bajo su jurisdicción. Si a esa cantidad se le suman los 9 que pronto dependerán de ella, se hace un total de 30 unidades sanitarias a su cargo.

Cabe señalar aquí nuevamente que también será municipal el futuro Hospital de Pediatría, con lo cual se llega a 31 nosocomios dependientes de la Comuna Metropolitana.

Un nuevo interrogante aparece al respecto. Porque se trata de una cifra bastante elevada y surge entonces la pregunta: ¿está realmente en condiciones la Municipalidad de atender tan importante estructura?

LOS ARANCELES

Entre las diferentes medidas que se tomaron con el objetivo de sanear la emergencia sanitaria que vivía el país, se dispuso, en noviembre de 1976, el arancelamiento hospitalario. La medida, que agrias discusiones suscitó en su momento, fue fundada en la idea de que: **"el sector salud exige la participación de los distintos sectores. Eso es necesario para atender a la responsabilidad de los requerimientos de asistencia médica de sus habitantes".**

Antes de decidirse el arancelamiento, se efectuó un estudio sobre el tema, y éste permitió determinar que el 60% de las demandas en los hospitales municipales poseían cobertura social, es decir, que un 60% de los pacientes se encontraban respaldados por los beneficios de alguna obra social. Eso, según se afirmó, perjudicaba enormemente a quienes en realidad no tenían cobertura. Por esa razón, se adoptó el sistema de arancelamiento, y se dispusieron convenios entre los hospitales y algunas obras sociales.

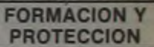
El arancelamiento ha engrosado el presupuesto global de la Secretaría de Salud Pública de la Municipalidad, pero también ha causado, muy a menudo, serios problemas a las personas internadas. Si bien la tendencia actual en el funcionamiento y atención profesional ha mejorado con respecto a años anteriores, el hecho de que un enfermo deba pagar su estadía en el hospital suele ser motivo de preocupaciones. Es cierto que cuando se comprueba que no puede abonar, el hospital no cobra. Pero el inconveniente surge ante los interminables trámites que éste debe realizar para atestiguar su condición. Lamentablemente, no son muchas las asistentes sociales que se ocupan de su problema con detenimiento. Se supone que ésta es una de las fallas que aún queda por resolver. Actualmente, justamente en relación con el tema, se está estudiando la puesta en práctica de una chequera de pago, para aquellos pacientes que posean obra social, y un sistema de pre-pago para quienes no cuentan con medios económicos o no estén respaldados por ningún tipo de cobertura.

SALUD MENTAL

En este aspecto se han incluido programas, de los cuales participan varios organismos públicos, para controlar, dentro del área de la ciudad de Buenos Aires y alrededores, el alcoholismo, drogadicción y accidentes.

En esta área —salud mental— se está estudiando también el redimensionamiento de los servicios siquiátricos y la sectorización de los servicios de urgencia, así como también el posible arancelamiento en los establecimientos que tienen internación siquiátrica.

Esta medida —si es que se pone en práctica— traerá, seguramente en su momento, discusiones acerca de su aplicación, ya que el arancelamiento, y más en este tipo de hospitales, es sin duda, un tema bastante espinoso.



FORMACION Y PROTECCION

Las reformas iniciadas contemplan también dos puntos importantes, como son la promoción y protección de la salud y la formación de profesionales destinados al trabajo en hospitales.

El primer item atiende a todas las cuestiones del control de la salud primaria y pre-primaria, observando también enfermedades de transmisión social y sexual.

En cuanto a la formación, se apunta a regularizar al personal, y a mejorar sus conocimientos y a partir de cursos, becas, regímenes de residencias y otros métodos. La carrera de enfermería merece un renglón aparte, ya que no siempre los enfermeros ejercen su función con corrección. Las fallas no provienen de sus conocimientos técnicos, que generalmente son satisfactorios, sino del trato que tienen para con el paciente. Pocas veces se muestran comprensivos, y a menudo demuestran impaciencia y despreocupación. El factor humano es componente esencial de este oficio, y debería surgir un cambio de mentalidad en el tratamiento de los enfermos.

OBSERVACION FINAL

Cierto es que la reorganización del sistema hospitalario ha comenzado a dar sus frutos. Ya no faltan medicamentos, ni elementos esenciales para poder brindar buenos servicios a la comunidad.

Queda aún por dilucidar, y esto ocurrirá solo con el paso del tiempo, si la Municipalidad de la Ciudad de Buenos Aires —con 31 hospitales bajo su jurisdicción— podrá responder por todos y continuar con las mejoras que favorezcan la salud y el bienestar de la población.

Cómo, Cuándo y por qué Mueren las Mujeres hoy

El cigarrillo, la cirrosis hepática, el cáncer de pulmón, el "stress", los problemas cardiovasculares y el desgaste que produce la vida moderna, son las principales causas de deceso entre las mujeres. Esas enfermedades eran, hasta hace poco, consideradas patrimonio exclusivo del hombre. Un reciente coloquio, con participación de científicos norteamericanos y europeos, permitió establecer los peligros que acechan a la mujer moderna.



La vida en las grandes ciudades impone un ritmo que, con frecuencia agota la salud de la población.

Una de las revoluciones mayores del siglo XX es el cambio prodigioso sufrido por la mujer.

El cambio abarca prácticamente todos los planos, desde la posición social hasta los hábitos, sin olvidar la política, la imagen física, la comunicación y el ritmo de vida.

Entre los pocos elementos estables, frente a la enorme transición, la medicina es quizá el único que permite medir la evolución de la mujer y también las consecuencias que ese cambio le exige.

Profesores norteamericanos y europeos, especialistas llegados desde varias capitales del Tercer Mundo, coincidieron en señalar sin lugar a dudas que la mutación convirtió a la mujer en una víctima de su propio interés por cambiar.

"Hasta los años '50, las mujeres presentaban cuadros de dolencias y malestares rutinarios, cuadros que giraban por lo general en torno de la maternidad y sus derivados. Como vivía prácticamente marginada, circunscripta a su mundo doméstico, era extremadamente difícil encontrar en ellas cuadros sicosomáticos complicados. Ahora, por el contrario, todo parece comenzar por el cerebro", aseguró el profesor Cyril Wainstein, catedrático del Centro Hospitalario Universitario de Bruselas.

El tema del coloquio, que reunió en la capital belga a medio centenar de especialistas, trataba de responder la macabra pregunta que pocos se atreven a formular en voz alta: **¿De qué muere la mujer en el tramo final del siglo XX?**

La intención de los organizadores belgas iba sin embargo más allá de la curiosidad malsana. **"Nos propusimos hacer un poco de prospectiva aplicada a la medicina, comenzar desde la muerte y llegar hasta el principio o, por lo menos, hasta el origen de los problemas que desembocan en la muerte prematura de la mujer moderna"**, afirmó el sociólogo sanitarista William Nockel.

Nada fácil, la tarea de los investigadores consistió al principio en analizar profundamente las estadísticas que, en superficie, sancionan en casi todo el mundo la superioridad numérica de la mujer sobre el hombre, en todos los niveles de edad.

"Ese estudio nos permitió descubrir que, por una misteriosa razón, la evolución natural se las arregla para impedir que el predominio de la mujer supere largamente al hombre en proyección geométrica. Muchos factores se conjugan para impedir que haya tres veces más ancianas que ancianos, como debería ocurrir si nada alterase la evolución natural", precisó Nockel.

Más protegida, mejor defendida que el sexo opuesto hasta la pubertad, la mujer entra en una zona de incertidumbre entre los 20 y los 50 años y es en esa zona temporal donde intervienen los factores que permiten equilibrar la casi paridad que se observa al aproximarse, hombres y mujeres, al crepúsculo de la vida.

"Una de las conclusiones de nuestros trabajos permitió determinar que la evolución femenina, el salto espectacular de las tres últimas generaciones, es por el momento el estabilizador número uno", admitió Wainstein.

Para la decena de científicos norteamericanos interesados por el problema, el coloquio de Bruselas dio un nuevo valor a sus propios trabajos, hasta el año pasado ceñidos a la complicación estadística y al análisis extremadamente frío de la sociología.



La práctica de deportes y ejercicios adecuados a la edad de cada persona, es el mejor recurso para evitar el envejecimiento prematuro.

LAS CAUSAS MAS FRECUENTES

"Los aportes de nuestros colegas, llegados de los cinco continentes, nos permitieron valorizar en el plano médico los estudios que se habían realizado en Estados Unidos", aseguró el sanitarista Jim Scanlon, docente de la Universidad de Stanford.

Por su parte, los trabajos de la delegación norteamericana dieron un realce especial a las comprobaciones, mucho más empíricas, de sus colegas europeos.

"La primera coincidencia se dio alrededor de las nuevas causas de la mortalidad femenina. Aclaremos que cuando hablamos de mortalidad, nos referimos a la prematura, la que impide a las protagonistas llegar a la extinción ideal que nos permite llenar los certificados de defunción con una descripción de la muerte natural", afirmó el médico francés Alain Perret, adjunto de cátedra de la Facultad de Medicina de París VII (Jussieu).

Norteamericanos y europeos comprobaron que entre las nuevas causas de mortalidad femenina figuran el **"stress"** (la angustia por las situaciones límite que impone la vida moderna), el abuso del cigarrillo y del alcohol y los problemas graves de carácter alimentario.

"La hipertensión arterial, el tabaquismo y la alta tasa de colesterol, solos o combinados, reemplazan con ventaja las epidemias fatales de la Edad Media", aseguró Scanlon.

Del cuadro clásico hace medio siglo, cuando la mujer consultaba generalmente tarde y mal al médico, se pasó ahora a los diagnósticos sofisticados, a los síntomas que clínicos y especialistas ven cada día aproximarse más y más a los del sexo opuesto.

"En 1960 nuestro servicio recibía una mujer por cada tres hombres. En 1977, por primera vez tuvimos más pacientes femeninas que masculinos y solo un año más tarde, de cada 10 consultas, seis fueron femeninas", reveló el cardiólogo H. K., jefe de servicio en la ciudad norteamericana de Filadelfia, que pidió mantener el anonimato.

Tanto en Estados Unidos como en Europa, en las grandes comunidades urbanas del Extremo Oriente como en el norte de Africa y en casi toda América latina los especialistas ven crecer con angustia los casos de enfermedades cardiovasculares y coronarias de las mujeres.

"La respuesta quizá sea de tipo cultural —aventuró el doctor Charles Quinnell, cardiólogo de Toronto, Canadá— **porque la mujer se vio lanzada hacia la vida activa, de alta competencia, fuera de su casa, sin dejar por ello de ser responsable de todas las ocupaciones que durante muchos siglos eran de competencia indudablemente femenina. El resultado es la angustia creciente, que se refleja en datos curiosos: en 1978, en Canadá, el número de hombres infartados su-**



El aislamiento es una actitud que se adopta aún en presencia de otras personas y en el curso de una actividad elegida. Resulta muy perjudicial y afecta la salud física y mental.

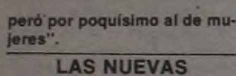


El cigarrillo, considerado uno de los peores males del siglo, está siendo combatido en campañas organizadas por diversas entidades de caracter público y privado. Curar en salud.

A la mujer actual se le exige elegancia, eficacia, femineidad y tolerancia: demasiadas tensiones que pueden conducir al agobio y a la enfermedad si no son resistidas o bien toleradas.







peró por poquísimo al de mujeres".

LAS NUEVAS DOLENCIAS

Sin coincidir totalmente, el gastroenterólogo sueco Ron Joenson recordó a su vez que **"los problemas físicos producidos por los nuevos métodos de vida femeninos no reemplazaron, y en cambio complicaron hasta niveles fantásticos, las viejas y clásicas dolencias".**

"Antes era rutinario ver en el consultorio casos de obesidad, generalmente debida a problemas metabólicos, a la vida sedentaria, a las deformaciones debidas a problemas ginecológicos y obstétricos, ya fueran bien o mal curados. Ahora, en cambio, se ve acentuada la tendencia general a la diabetes, que antes era un agregado al cuadro general y ahora tiende a convertirse en sujeto principal, específico, de la enfermedad", afirmó Joenson.

Para el gastroenterólogo sueco, el problema reside en que la mujer de la segunda mitad del siglo XX cambió de función, pero no de obligaciones ni de mentalidad para afrontar el cambio. **"La brusca elevación de los casos de litiasis (cálculos) en la vesícula biliar, que puede convertirse en poco tiempo en un foco cancerígeno novedoso y extremadamente peligroso, es resultado de la nueva vida femenina"**, estimó Joenson.

Las últimas estadísticas cardiológicas en Estados Unidos, Canadá, Escandinavia, Alemania Federal, Gran Bretaña, Francia y Suiza, sin olvidar el Benelux (Bélgica, Holanda y Luxemburgo), muestran con claridad que el infarto de miocardio y la cardiología hipertensiva, antes enfermedades prácticamente reservadas al hombre, son causa de mortalidad femenina entre los 25 y los 50 años.

"Antes la mujer podía ser diabética o padecer de arteriosclerosis coronaria, males que se controlaban con mayor o menor esfuerzo. Pero como ahora la mujer está tan excitada como el hombre, ya que fuma, bebe, compite en el trabajo, asume responsabilidades, sin por ello ser descargada de sus cargas domésticas, nos encontramos con un cuadro general enormemente acelerado en comparación con el hombre, que siempre pudo gozar de un momento de intimidad, de desentendimiento del problema, para reequilibrarse inconscientemente", asegura el doctor H. K.

La ecuación del malestar tradicional más las nuevas afecciones, sumada a la situación sicológica ambivalente entre la dependencia del hombre y el deseo de igualar y aun superar la imagen protectora, es en general un cóctel tremendamente peligroso para la mujer moderna, que se sigue viendo a sí misma, aunque no lo sea, como un ser frágil, digno de ser calificado como **"sexo débil".**

"Esa situación, nada tranquilizadora por sí misma, debe superponerse al viejo fantasma femenino, la siempre presente amenaza del cáncer, vagamente ubicado en una zona de influencia ginecológica", recordó por su parte George Hamstremski, investigador del Centro de Estudios Citológicos de Luton, Inglaterra.

Para los cancerólogos, la gran paradoja reside en que la mujer amenaza igualar al hombre en el cáncer de pulmón, cuyo origen es el abuso del cigarrillo, y que hasta hace un cuarto de siglo era un mal casi exclusivamente masculino.

"Las estadísticas muestran que hasta 1950, por cada caso femenino se daban casi mil masculinos. Pero la mujer se puso a fumar masivamente durante la guerra y la proporción se redujo en apenas un cuarto de siglo a uno por tres, un vuelco verdaderamente asombroso", aseguró Hamstremski.

VIVIR ES PADECER

"Desde nuestra especialidad, sin que podamos hacer gran cosa para impedirlo, vemos que la mujer se aproxima al hombre especialmente por los padecimientos. O bien su visión de la vida es dramática y cree que solo el sufrimiento le permitirá elevarse hasta la imagen que quiere emular, o bien se equivoca al creer que la competencia le reportará lo que debe conseguir mediante el empleo de la inteligencia", estimó por su parte el sociólogo Nockel.

Para el sociólogo sanitarista, el principal foco de desazón es **"ver que cada año la mujer aumenta en forma alarmante en las estadísticas de males específicos, claramente determinados, como la úlcera duodenal o estomacal, el cáncer en las mismas zonas, la cirrosis biliar, el cáncer de pulmón, el infarto de miocardio, pero también en los accidentes de tránsito y en las enfermedades mentales graves".**

La situación se complica aun más por la incidencia de los regímenes para adelgazar, generalmente fuera de control médico, originados en las nuevas exigencias que plantea la vida exterior, antes poco usual.

"Como la mujer vivió siempre más atenta a su cuerpo que el hombre, la nueva situación la forzó a extremar su línea. Si hace medio o un cuarto de siglo la silueta era una forma de seducción, ahora es la prueba visible de aptitud, de agresividad, de afirmación personal. Casi siempre los cuadros clínicos se complican innecesariamente por los regímenes, muchas veces absurdos, increíblemente desequilibrados, de nuestras pacientes", afirmó por su parte el francés Perret.

La conclusión del coloquio de Bruselas, lejos de ser concluyente, solo se atrevió a subrayar la necesidad de estudiar más a fondo la situación especial de la mujer, colocada ante la muerte prematura que hoy la acecha.

Para cumplir ese objetivo **"debemos seguir reuniéndonos, viéndonos para comunicarnos los resultados de nuestros estudios y discutir los mejores métodos para que la mujer tome conciencia de que su vida está en peligro por su propia falta de reflexión"**, dijo a modo de epílogo el profesor Wainstein.

Para rematar su conclusión, con cierto tono de irreverencia que le dictaba su juventud, Nockel agregó: **"Claro está que, en la próxima, deberíamos invitar a algunas mujeres, que también hay científicas muy eficientes".**

"Puede ser, puede ser", murmuró Wainstein, algo azorado al comprobar que, tal vez, su discurso ponía fin al último coloquio masculino para estudiar las razones de la muerte de la mujer.



La gula, uno de los pecados capitales, también es una de las cusas que contribuye a vivir con peor o con mejor intensidad. El caso opuesto, también, es peligroso para una salud en plenitud.

Aprenda a Vivir Mejor

1) No abusar del cigarrillo. El tabaquismo se convierte en uno de los factores desencadenantes de enfermedades mortales.

2) Evitar el alcohol. Su ingestión provoca trastornos circulatorios y entraña el peligro de la progresiva adicción.

3) Poner límites o contrarrestar las actividades que generan angustia y dan como consecuencia un permanente stress.

4) Hacer un chequeo médico cada seis meses, para comprobar el nivel de azúcar en la sangre, ya que la diabetes aparece con más frecuencia que antaño.

5) Controlar el estado ginecológico y de vesícula porque un mal funcionamiento o la aparición de tumores, verrugas o cálculos pueden ser un foco cancerígeno.

6) Someterse a un electrocardiograma por lo menos dos veces al año. El número de enfermedades cardíacas aumenta diariamente.

7) Controlar el régimen alimentario. No obligar al organismo a bruscas reducciones de peso que desequilibran física y síquicamente.

8) Practicar algún deporte o gimnasia para devolver tonicidad a los músculos. Activar la circulación y aliviar las articulaciones.

9) No automedicarse, especialmente con anorexígenos o sedantes, que proporcionan un beneficio pasajero y consecuencias imprevisibles y gravísimas.

10) Pasear al aire libre, caminando por lo menos 30 cuadras por día y respirando intensamente para desintoxicar los pulmones.



¡LA LIBERTAD ESTA DE MODA!

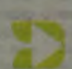
DIRECCIONES: Mix and Match, Acevedo 1390.
Mostaza, Las Heras 3741. Local 4.
Zapatos: Pepe Cantero, Canning 2760.

PRODUCCION: Graciela Zilo.



Teresa luce un pantalón color verde militar, diseñado en gabardina. Tiene cintura bien alta, con frunces y una traba de gamuza que prende adelante. Como detalle, pequeños bolsillos con cierres y presillas en las bocamangas. Se acompaña con camisa beige de seda, sin mangas. (Mix and Match)

Un pantalón realizado en poplin, con pequeñas rayas de colores celeste y blanco. La prenda tiene detalles de cierres en los bolsillos y a la altura de las piernas, sobre las rodillas. También, en las bocamangas, vistosas presillas. Se complementa con una camisa color blanco, que tiene ribetes celestes y un alegre bordado, en un costado del pecho. Se acompaña con calzado cómodo, de color celeste, que armoniza con el conjunto. (Mix and Match)



Un sobrio pantalón, de línea clásica, realizado en gabardina de color beige. La prenda posee pespuntes en ambos costados y se ajusta con un cinturón de color blanco. Se armoniza con una camisa, diseñada en voile, con pequeñas y vistosas pintitas en dorado. Es muy original y femenina, tiene volados en el cuello que terminan en forma de pico. Acompañan zapatos abiertos, al tono. (Mostaza)





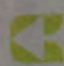
La modelo luce un finísimo pantal... prenda tiene cintura alta y gran ca... de cierres en los bolsillos y las bo... de voile gris, con hojitas en celes...







Un juvenil pantalón de línea clásica, realizado en tela de loneta color celeste. Tiene línea ajustada a la altura de las caderas y luego va haciéndose más ancho. Posee amplios bolsillos a los costados y bocamangas rectas. Se acompaña con una graciosa camisa en tono celeste, con motivos en blanco en el cuello, bolsillos y mangas. Un cinturón color marrón ciñe al pantalón. (Mix and Match)



Elegante y distinguido pantalón diseñado en gabardina de color negro. Tiene línea bien ajustada y detalles como pequeñas tachas a la altura de los bolsillos. Las piernas son anchas y rectas. Acompaña una fina camisa, de toque muy romántico, que tiene pequeños volados en el cuello y canesú en cloqué. Es un conjunto ideal para ocasiones importantes y se acompaña con calzado abierto. (Mostaza)

pantal alizado en gabardina de color gris muy claro. La
ran ca d de frunces a esa altura. Posee también detalles
las bo ngas. Complementa el pantalón una fina camisa
celes compañan zapatos al tono. (Mix and Match)

Anticipo Exclusivo: La Moda Femenina en el Próximo Otoño

La identificación de la personalidad con el atuendo será el signo distintivo de la próxima temporada invernal. Cada mujer elegirá el estilo que armonice con su figura sin límites precisos. La libertad de elección está determinada por una amplísima gama de posibilidades que reafirma la autonomía e independencia de la mujer actual.

LILIAN MOYAL, una inspirada diseñadora argentina creó la colección del invierno '81 a partir de esta pauta y con un objetivo: **la mujer cautivante.**

La silueta aparece destacada por canesúes y hombros importantes no masculinizados. Las faldas tienen libre albedrío, desde tablas insinuadas hasta kickers, pasando por volados y cortes irregulares. Todos realizados en jerseys con motivos tramados, geométricos, rayados o estampados diveros, en colores cuidadosamente elaborados. Una colección que impacta porque otorga el toque personal, original, a veces excéntrico y otras extravagante, pero siempre elegante.

COLECCION: LILIAN MOYAL.
ZAPATOS: PEPE CANTERO
BIJOUTERIE: M. T.



Una propuesta femenina-masculina: El tres piezas realizado en jersey y estampado con rayas esfumadas que contrastan en rosa otoñal y marrón intenso. La blusa destaca la silueta con canesú y hombreras y un gran moño da el toque seductor.

Un modelo audaz. La pollera-pantalón recta destaca suavemente la cadera. La adherencia del jersey permite la libertad a partir de los pequeños frunces en la cintura muy ajustada. El esfumado motivo se repite en la blusa con mangas dolman.





El fondo escocés tiene el encanto de los motivos cálidos en la gama del bordeau y rosa viejo. El vestido con cuello y sin solapas, se abotona hasta la cintura. La falda es recta y presenta un corte irregular plisado.



Impactante espigado con motivos de flores en el corsage y mangas ajustadas. La pollera de línea amplia simula a los costados dos bolsillos ojal. Complementa el conjunto de jersey, una chaqueta con solapas finas y hombros definidos.

En tonalidades verdes agrisadas fue creado este clásico y original vestido chemisier en el que se destacan bolsillos amplios con botones. El canesú se prolonga en hombreras que dan amplitud a las mangas y lleva cuello y solapas pequeñas.



La sobriedad y elegancia de este tres piezas, está dado por el corte y los pequeños motivos geométricos que contrastan en beige glacé y marrón oscuro. El gran moño y las amplias tablas disimuladas de la pollera reafirman la femineidad.

Un mismo estampado combinado para dos estilos diferentes. El clásico chemise con alforzas que van desde el canesú a la cintura otorgando amplitud. Pollera levemente tableada que se acompaña con blusa estampada en tonos claros y sutiles.



Un Estilo Juvenil y Deliciosamente Suave

Sencillamente Romanticos

Material: 350 gr. de lana con fibra; un par de ag. Nº 2½ y uno Nº 3. Para talle 44.

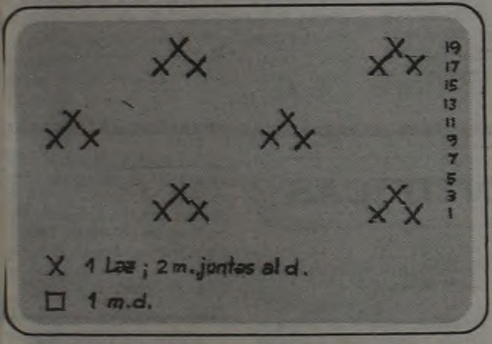
PUNTOS EMPLEADOS: Elástico: 1a. h.: 1 m. d., 1m. r. En la sig. h. tejer las m. como se presentan, sin contrariar. Jersey: 1 h. al d., 1 h. al r. Fantasía calado: ver diagrama.

ESPALDA: Con las ag. Nº 2½ montar 120 p y tejer en p. elástico. A los 8 cm de alto cambiar a las ag. Nº 3, en esta primera h. repartir regularmente 30m., continuar tejiendo en p. fantasía calado. A los 34 cm. de alto total hacer las dism. para el ranglán de cada lado, cada 2 h.0 2 m., 18 veces 1 m. y cada 4 h.: 6 veces 1 m. A los 12 cm. de alto desde la primera dism. para el raglan, cerrar las 8 m. centrales, dism. de cada lado del escote: 3 m. y 2 veces 1 m. A los 16 cm. de alto (desde la primer dism. del raglan) cerrar las m. restantes de una vez.

DELANTERO: Se teje igual que la espalda.

MANGAS: Con las ag. Nº 3 montar 62 m. y tejer en p. jersey recto 5 cm. A esta altura aumentar en la primera h. 18m. y seguir tejiendo en p. fantasía calado. A los 14 cm. de largo total hacer las dism. para el raglan como se explicó para la espalda. Cerrar las m. restantes de una vez.





Planchar el tejido con un lienzo húmedo. Coser las costuras del raglan menos una, levantar las m. del escote formando el fruncido como se ve en el modelo y tejer 4 cm. en p. elástico. Coser las costuras restantes. Doblar 2½ cm. del borde de las mangas hacia adentro, haciendo un dobladillo con puntadas escondidas, dejar una abertura e introducir un elástico para fruncir. Doblar 2 cm. del borde del escote y sujetar con puntadas escondidas.

Material: 450 gr. de lana de 4 hebras, un par de ag. Nº 3. Para talle 44.

Punto empleado: Fantasía: 1a.h. (der. del tejido): 1 m. de borde, 1 m. d,x 2m. juntas al d., 1 laz., 1m. d, 1 laz., 1 dism. simple, 1m. d. x, repetir de x a x y terminar la h. con 1 m. de borde: 2a., 4a., 6a. y 8a.h.: sobre el rev. del tej.: al r.; 3a.h.:1 m. de borde, 2 m. juntas al d., x 1 laz., 2 m. d, 1 laz, 1 dism. doble x, repetir de x a x y terminaría h. con 1 laz. 3 m. d., 1 laz, 1 dism, 1 m. de borde; 5a.h.: 1 m. de borde, 1 m. d, x 1 laz. 1 disml, 1 m. d. x, repetir de x a x y terminar la h. con 1 m. de borde; 7a. h.: 1 m. de borde, 2 m. d., x 1 laz., 1 dism. doble, 1 laz., 3 m. d. x, repetir de x a x. Repetir siempre de la 1a. h. a la 8a. h.

ESPALDA(Montar 156 m. y tejer en p. fantasía. A los 45 cm. de alto total aum. de cada lado 3 veces 2m., 2 veces 1 m. y 86 m. Seguir tejiendo sobre todas las m. A los 16 cm. de alto cerrar las 12 m. centrales, cerrar de cada lado, cada 2 h.: 3m., 2 veces 2 m., 2 veces 1 m. A los 19 cm. de alto desde los aumentos para las mangas cerrar las m. de una vez. Completar el otro lado igual.

DELANTERO: Se teje como la espalda.

Planchar el tejido ligeramente con un lienzo húmedo. Hacer un dobladillo con puntadas invisibles en el borde inferior, es escote y el borde de las mangas, dejar una abertura para introducir un elástico para que abluse.



El Delicado Conjunto de Pulóver y Chaleco

Material: 400 gr de algodón blanco, 300 gr turquesa; un par de agujas Nº 3. Puntos empleados: elástico: 1m r., 1 m d. En las h. siguientes tejer las m. como se encuentran. Jersey: 1 h. r. 1 h. d.

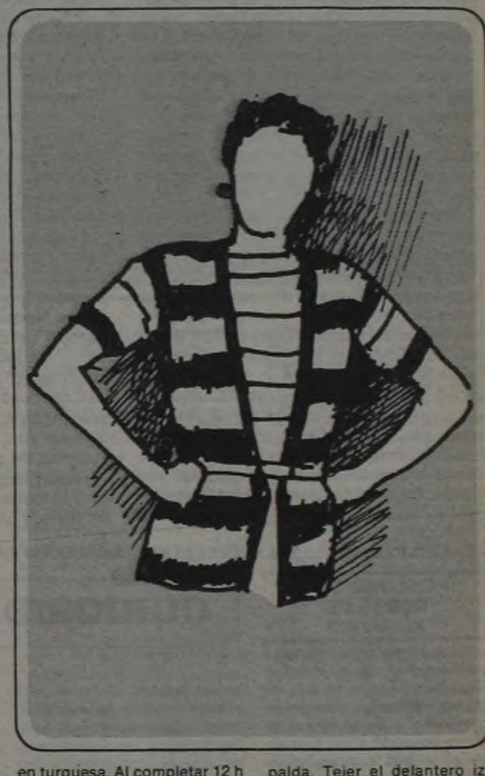
EXPLICACIONES

PULOVER

Espalda. Con algodón blanco montar 100 m. y tejer 8 cm. en p. elástico. Tejer 2 h. en p. jersey en blanco y luego x 2 h. en turquesa, 24 h. en blanco x. Repetir de x a x. A los 38 cm de largo total cerrar a cada lado para las sisas, cada 2 h.: 3m, 2 veces 2m y 3 veces 1m. A los 18 cm de alto de sisa cerrar para el hombro de cada lado en 3 veces de 8 m cada una. Cerrar las m restantes de una vez para el escote.

Delantero. Tejer como la espalda. A los 13 cm de alto de sisa, cerrar para el escote cada 2 h.: 6 m, 4 m, 2 m y 4 veces 1 m. Terminar la otra mitad igual invertida. A los 18 cm de alto de sisa cerrar como en la espalda.

Mangas. Montar 62 m y tejer 4 cm en p. elástico y algodón turquesa. Continuar luego con blanco aum. cada 6 h. 1 m, alternar los colores como se indicó de x a x. A los 16 cm de alto total cerrar para la bocamanga cada 2 h de cada lado: 4 m, 3 m, 2 veces 2 m, 2 veces 1 m, 3 veces 2 m, 4 m. Cerrar las m restantes de una vez.



Planchar el tejido ligeramente por el revés. Coser un hombro y con algodón blanco levantar las m alrededor del escote, tejer 3 cm en p. elástico. Cerrar flojamente. Coser las otras costuras y aplicar las mangas.

Chaleco

Espalda. Con algodón turquesa montar 110 m y tejer 4 cm en p. elástico. Tejer en p. jersey hasta completar 20 h, alternandó 20 h en blanco, 20 h en turquesa. Al completar 12 h de la 4ª raya turquesa se dism. de cada lado para las sisas, cada 2 h: 3 m, 2 m y 2 veces 1 m. Continuar luego hasta completar 10 h de la 6ª raya turquesa. Cerrar para el hombro cada 2 h de cada lado: 4 veces 8 m. Cerrar las m restantes de una vez.

Delantero der. Con turquesa montar 60 m y tejer como la espalda hasta completar la 2ª raya turquesa; a partir de allí dism. para el escote 1 m cada 6 h. Continuar igual que la espalda. Tejer el delantero izquierdo igual, invertido. Planchar ligeramente el tejido por el revés. Coser las costuras de los hombros y levantar las m de las delanteras y escote. Tejer 3 cm en p. elástico, cerrar las m flojamente, como se presentan. Levantar las m de las sisas y tejer 3 cm en p. elástico y turquesa. Cerrar las m como se presentan, flojamente. Coser las costuras. Sujetar el chaleco con un cinturón, como se ve ilustrado en el modelo.

Lucir Bermudas con el Complemento Ideal

Material: 500 gr. de lana mohair, un par de ag. Nº 2½ y un par 3 y un juego de ag. Nº 2½. Para talle 44.

Puntos empleados: Elástico: 1ª h.: 1 m.d., 1 m. r.; tejer las h. siguientes como se presentan las m. Fantasía: 1ª h.: x 1 m. d., 2 mr r. x, repetir de x a x; 2ª h.: tejer las m. como se presentan; se tejen siempre estas 2 h. pero picando la 1 m. d., 1 h. más abajo.

NOTA: esta prenda está tejida en una sola pieza en sentido vertical, por lo tanto es conveniente hacer un molde tamaño natural para lograr mejor precisión. Se comienza por el puño de una manga. Con las ag. Nº 2½ montar 52 m. y tejer en p. elástico. A los 5 cm. de alto total cambiar a las ag. Nº 3, repartir 18 m. en el transcurso de la 1ª h. de p. fantasí, continuar con este punto. A los 41 cm. de largo total aum. de cada lado cada 2 h. 2 veces 1 m, 2 veces 3 m. y luego 96 m. de una vez. Continuar por 15 cm. Cerrar las 6 m. centrales y tejer por separado, en la delantera para el escote cerrar cada 2 h. 2 m. 24 veces; tejer el otro lado invertido, es decir aum. 2 m. por 24 veces en vez de dism. Completar la espalda y unir a la delantera. Seguir tejiendo hasta completar el otro lado, dism. las 96 m., 2 veces 3 m., 2 veces 1 m. seguir con las m. de la manga, completar el tejido. Se termina con el puño. Levantar las m. del borde inferior de la espalda y tejer con las ag. Nº 2½ en p. elást. 5 cm. Hacer lo mismo con la delantera. Levantar con el juego de ag. las m. alrededor del escote y tejer en p. elástico 3 cm. Formar el pico central, dism. 1 m. de cada lado de las m. del centro, cerrar flojamente. Coser lás costuras laterales y de las mangas.



El Experimento

Un Cuento de Coco Conti

Oigo voces cargadas de angustia, ruidos que parecen estornudos de lágrimas y algún grito contenido, que se alarga y se pierde finalmente. Todo parece componerse. Cada cosa, cada persona asume un rol definido. Los que van llegando encuentran la situación armada, y aunque todo sigue siendo penoso, existen moldes precisos a los cuales atenerse.

En general, se han seguido mis instrucciones y no hay más fallas que algunas lógicas consecuencias que el cariño a mi memoria no ha podido desterrar. No hay olor a flores. Casi no hay flores. Mi amigo Alberto cargó con la ardua tarea . Ha colocado las coronas recibidas, pese a los avisos, en un cuarto inmediato. Apenas las concibo, una sobre otra, formando una pila informe. Imagino: familia Gurmendi, el dueño de mi departamento, siempre olvidaba los recibos cuando me visitaba para cobrar el alquiler, después los mandaba por correo, así mes a mes, ocho años ya.

Hernán Roca y señora. Roca, mi jefe por escalafón. López Hnos. Para el mayor de los López, un velatorio es palma o corona. Por lo general palma, a veces un dilema o algo así como la queja de una parturienta, entonces puede ser corona. También, seguramente, Raquel Weis y Arditti. Gente así, llena de taras tan normales, que no escuchan, que no leen y que en cierto modo hacen bien, pues en fin, ellos... para qué. No hay candelabros, no hay imágenes, solo un Cristo a mi espalda, en realidad, detrás mío. La cruz y el Cristo; Cristo haciendo fuerza por sacarse los clavos, bajar por la pared, pequeño hombrecito como un milagro y mandarse a mudar, también él, vaya a saber adónde, a otra parte donde sea más necesario. Cosas que se me ocurren estando así, tan frío.

Y esta lucidez, esta profunda visión que me anega y me desnaturaliza.

En rueda los muchachos del club. Fernández debe seguir con su dichoso fútbol. Las mismas razones que hoy defienden a quien mañana atacan, y él, que se inflama como si fuera a decir algo importante, trascendente. ¡Al demonio, Fernández! ¡Al demonio con tu fútbol!, como decía el gordo Arturo para hacerte enojar.

Comienza la música, que es tenue pero alegre. Don Raúl con una mano se toma la cabeza y va hacia un rincón. Cerca de Prieto susurra algo que interpreto sin oír: **"Siempre tan loco éste"**. Este soy yo, que sigo vivo en él gracias a **"tan loco"**.

Afuera llueve. Muchos quedarán en sus casas, y me da pena.

Suárez, eternamente cargoso con sus cuentos verdes, ha encontrado un cliente interesado y lo aprovecha bien.

El doctor todavía no llegó. Te acordás hermano cuando con un dejo de ironía me dijiste: **"¡Vamos, Maquiaro! ¡Vamos! Siempre tan frondoso, tan imaginativo. Al morir, Maquiaro"**, y riendo: **"finito, nada, humo"**. Se deshacía por hacerme entender y luego: **"está comprobado que..."** vení **"tordo"**, vení..., y trata de comprender, después quemá tus libros y dale a la bola mágica, al hechizo, a la meditación, que sé yo..., pero vení **"tordo"**, vení, acercate un poco.

Veo a Clara pensativa, triste. Clara pese a sus reproches de siempre debía quererme un poco, y ahora, para ella empiezo a ser pasado, y el pasado, al deslizarse por la hendija del recuerdo, va empujado por un viento de cola optimista, suavecito como primavera. Llorá, Clara, llorá, total creo que esto es definitivo. Dejaste a Hugo en casa y ya te escucho mañana con eso del largo viaje de papá. ¡Mirá que sos! Condenando al pobrecito a esperarme durante años, y después, un día cualquiera, cuando a vos se te ocurra: ¡zas! Le metés la picana y listo.

Si Alberto se acordara . . . Sería lo mejor.

Está entrando el negro Martínez, siempre tan pintón; pero... ¡Clara! ¡Clara! ¿Dónde te has metido? Escuchá, Negro: ¡Conmigo no, eh! Olmedo era un pobre gato y nos reímos mucho juntos con lo de Elvira. **"¡Técnica, Maquiaro! ¡Técnica!"** me repetías. Sabés, Negro, yo pensaba qué técnica, lo que se dice técnica, era la de ella; pero en este momento no sé..., me parecés más meritorio, más audaz, un verdadero satán en celo. **"Lo siento, Elvira, lo siento"**, y te olvidaste de largarle la mano, como obsesionado vaya a saber con qué idea angustiosa. Y la obsesión te hacía crecer los colmillos, negro turro.

¿No será este un intento primero, un experimento, y yo, un simple cobayo del gran alquimista? De lo contrario, cuánto entierro a chacota, cuánta toma de conciencia **"in artículo mortis"**, cuántos sentimientos no presentidos que hacen mal, cuánta desdicha, cuánta sorpresa. Es indudable que siempre tuve algo de cobayo: ¡Maquiaro a contrapelo! ¡Maquiaro dado vuelta! ¡Estremecido! **"Chau loco"**, y era en joda... **"¡En joda, Maquiero!"** Al llegar a algún sitio siempre fui eso, la joda, la joda que irrumpía, y ahora nada me resulta extraño. Todo es exactamente como debía ser, un loco menos, un **"colifa"** muerto, unas pocas lágrimas, apenas alguna convulsión; evocaciones de mi campaña, anécdotas que confirman mis días de frontera y muchos rostros irónicos, burlones, casi alegres, como si yo estuviera allí con ellos, muy vivo, muy despierto. Un homenaje, un gran festejo antes de irme para siempre. Todos hablan de mí, después, poco a poco, me iré borrando y también en ellos comenzaré a morir. ¡Maquiaro! Primer cobayo del gran alquimista que no quiso ser cruel y empezó las cosas de esta manera, para ir tanteando la magnitud del dolor humano.

En realidad, comienzo a sentirme fatigado entre tanta gente que habla, y tose, y ríe, y vuelve a hablar, y entra y sale. Y yo sin participar de nada, inmóvil, quizá muerto, quizá en trance de hacerme inmortal. Yo aquí desempeñando vaya a saber qué función extraña. Cuántas veces me angustié pensando en mi muerte. Sin embargo no sabe a angustia, todo es frío, impersonal, como si hubiera —mientras vivía— apurado constantemente la sed y sombra de la realidad y hoy todo fuera coherente. La fatiga se está haciendo cada vez más fuerte, pareciera que algo se va desencadenando para transformar mi estado. Siento un letargo, un abandono, se limita mi conciencia, se transparenta. Hay una cámara de vapor. Desnudo, sudo a mares, y busco con mis pies el contacto frío del piso de baldosas, pero igual hierven. ¡Clara! ¡Clara! También yo te quise un poco, pero hubiera sido tan inútil, tan limitado ser felices...

CURIOSIDADES TECNICAS Y CIENTIFICAS

COLOSO DE RODAS DE ALUMINIO

La mayoría de los turistas suelen brillar por su despite. Cuando llegan a la isla de Rodas, preguntan mirando en derredor: "¿Dónde está el famoso Coloso?" Y hay que explicarles que la monumental estatua, una de las famosas "siete maravillas del mundo" antiguo, no existe desde hace más de trece siglos.

Tan hartos están los concejales locales de que los turistas sigan inquiriendo, que han pensado en reconstruir el Coloso —en realidad, el dios Helios, el Sol— pero en aluminio, en vez de piedra, y en plan consumista, con ascensores interiores que suban hasta la cabeza de la estatua, un restaurante, una cafetería, un "drugstore" y un casino. La altura de la estatua será la del original: 32 metros.

ESQUELETO DE 4.500 AÑOS

Antropólogos franceses descubrieron en el oeste del país un esqueleto femenino de hace 4.500 años. Se hallaba debajo de una losa funeraria, junto con fragmentos de objetos de sílex, y en excelente estado de conservación.

EN BOCA CERRADA NO ENTRAN LADRONES

El rey de los ladrones de Grato (nordeste brasileño), Joao Ferreira da Silva, acaba de realizar una nueva proeza. Se había fijado en las magníficas piezas de oro de la dentadura de una de sus vecinas y, según el diario "O Povo", que recoge el relato de la víctima, trabó conversación con ésta. No tardaron en simpatizar y empezaron con bromas. Entonces fue cuando Joao pidió a la ingenua señora: "Anda, cierra los ojos y abre la boca". Pensando en una golpsina, ella accedió. Fue solo un instante, pero suficiente para que el individuo le arrancara la dentadura postiza y saliera disparando.

MARCO AURELIO EN ASCENSOR

La estatua ecuestre del emperador Marco Aurelio, emplazada en el centro de la célebre plaza romana del Capitolio, podría en lo sucesivo "invernar" bajo tierra, es decir, en un museo subterráneo de siete u ocho plantas cuyo proyecto está en estudio.

El autor de este proyecto es el arquitecto Césare Expósito. El museo se construiría bajo la misma plaza capitolina, edificada según planos de Miguel Angel, y la estatua bajaría en una especie de ascensor en cuanto lo aconsejaran las inclemencias del tiempo o un excesivo grado de contaminación. Pasado el "peligro", ascendería de nuevo...

Otras propuestas de Expósito: abrir un corredor subterráneo que comunique los otros dos actuales museos del Capitolio, el Palacio de los Conservadores y el Palacio Nuevo; instalar escaleras mecánicas del Capitolio a la iglesia Ara Coeli (hay 122 peldaños de subida); y volver en la Plaza Navona a la tradición de inundar el antiguo estadio de Diocleciano, como, para mayor alegría de los romanos, se hacía cada sábado y domingo del mes de agosto durante los siglos XVII, XVIII y XIX.

QUERER NO ES PODER

Después de apuñalar a su amante en un hotel de Bangkok, un tailandés de 40 años, Boon Wongbanku, marró cuatro sucesivos intentos de suicidio, informó el diario "Bangkok Post".

Empezó por beberse casi una botella de insecticida, luego se ahorcó en un cuarto de baño, ya nervioso se hizo un amago de harakiri y, por último, se arrojó por una ventana de un séptimo piso.

Pero el insecticida no era homicida, la soga se rompió, las cuchillas no lo desangraron y, en su salto final, rebotó contra el techo de un automóvil estacionado y tampoco se mató...

Acaso se salga con la suya, si cuando abandone el hospital, el tribunal que lo juzgue por asesinato lo condene a muerte.

SUPERTORTILLA FALLIDA

Cocineros de Santurce (Vizcaya, país vasco español) fracasaron en su intento de imponer el record mundial de tortilla de papas, al caer al suelo y romperse la que habían preparado, de una tonelada de peso.

La tortilla necesitó 310 docenas de huevos, cien kilos de papas, 250 de cebolla, 150 de pimientos colorados, 300 litros de aceite y 12 kilos de sal. El desdichado accidente se produjo cuando los cocineros —32 en total— trataron de darla vuelta en la enorme sartén. El organizador del fallido record perdió 100.000 pesetas en su empeño (unos 1.500 dólares).

DESCUBRIMIENTOS ARQUEOLOGICOS

Un monumento funerario y unos 30 sarcófagos del siglo XII acaban de ser descubiertos cerca de Kasindola (república yugoslava de Bosnia-Herzegovina) por arqueólogos del Instituto de Protección de Monumentos Históricos de Sarajevo.

El monumento mide 3,5 metros de largo, por dos de ancho y 2,4 de alto.

VIEJO CON TAMBOR

El ex sargento escocés Mervin Mac Intosh, de la Cuarta Seaforth Highlanders, soñaba con volver a encontrar el tambor que abandonó hace 40 años en la Línea Maginot (Francia) cuando su unidad se replegó precipitadamente hacia Dunkerque.

Por fin, lo ha conseguido. El tambor lo tenía una familia de origen polaco que reside en Metz, cerca de la frontera franco-germana. La insignia de los Black Watch estaba intacta, y aún podía leerse la célebre divisa "Honni soit qui mal y pense". Sumamente emocionado, Mac Intosh explicó a sus anfitriones que su "drum" no era un "drum" cualquiera, sino el bicentenario veterano de las campañas de América del Norte (1763), Egipto (1782), Waterloo (1815) y Sebastopol (1855)...

HALLAZGO DE UN BARCO CENTENARIO

Un equipo de especialistas canadienses está convencido de haber encontrado los restos del bergantín británico "Breadalbane" que se hundió hace 127 años frente a la isla de Beechy, 145 kilómetros al sur del Polo Norte.

El navío formaba parte de una expedición, dirigida por sir John Franklyn, que intentaba descubrir el famoso "paso del noroeste" (Norwest Passage), es decir, la salida al Pacífico por el Norte del continente americano.

Los primeros rastros de la expedición fueron hallados en Beechy en 1854. Los restos del propio sir John aparecieron en la cercana isla de King William cinco años después.

Según el libro de a bordo del "Breadalbane", descubierto al mismo tiempo, el barco naufragó el 21 de agosto de 1853, cuando su casco cedió al choque con los primeros hielos flotantes del Artico. Toda la marinería se refugió inmediatamente en el único navío de casco reforzado con metal.

FUNDICIONES DEL SIGLO VIII

Dos fundiciones de hierro del siglo VIII acaban de ser descubiertas cerca de Blansko (Moravia meridional). Comprenden 15 hornos y su ordenación y dependencias indican que el centro fue muy activo y de alto nivel tecnológico, puesto que en él se colaba o enfriaba el hierro.

La única fundición de la misma época era la de Zelochivice, cerca de Olomuc (Moravia). Según los arqueólogos de Blansko, ambas anticipaban el tipo de fundición que proliferaría cuatro siglos después en Austria y en Hungría y, por lo tanto, atestiguaban el grado de desarrollo del antiguo reino de Gran Moravia (siglos VIII y IX).

NUEVAS TUMBAS EN GRECIA

Arqueólogos griegos han descubierto dos sepulturas, una del siglo V y otra del siglo VI a.C. durante excavaciones efectuadas en Sindón, cerca de Salónica.

Las tumbas, de una mujer y de un niño, contenían un ánfora y numerosas joyas de oro (collares, cadenas, pulseras, pendientes, etcétera). Según los especialistas, forman parte de una vasta necrópolis de los tiempos de los tracios.

UNA RESPUESTA ANONIMA CREA ESPERANZAS

OLA DE SUICIDIOS

Se Matan 5 y Otros 2 Fracasan en su Intento

• Inform. pág. 5

Más mujeres que hombres intentan diariamente el suicidio como solución frente a una crisis de su existencia. La voz anónima de un voluntario impide la concreción de esta fantasía. Diariamente el Centro de Asistencia al Suicida escucha cuarenta pedidos de auxilio de personas que sienten la impotencia de seguir adelante. Su vocación de servicio a la comunidad impide un desenlace fatal.

El ser humano puede reaccionar de infinitas maneras frente a la aventura de la vida. Algunos, eternos optimistas, siempre guardan dentro fuerzas y energías para seguir luchando, pase lo que pase. Otros, en cambio, presos de una honda depresión, de temores, de desesperanza frente a la existencia, se suicidan.

El suicidio quizás haya comenzado con el hombre mismo, y a pesar de que es un acto comúnmente reprobado, merece atención, ya que actualmente se suicidan en el mundo casi 1.000 personas por día.

La cantidad de suicidios, que aumentan continuamente en esta época, motivó la formación, en la mayoría de países que componen el globo, de distintas asociaciones cuyo fin es justamente brindar una ayuda, una apertura a la vida, a aquellos que ya no quieren vivir.

En la Argentina, es el Centro de Asistencia al Suicida (C.A.S.) la institución que se encarga de ofrecer ese servicio. **"El C.A.S.** —afirma su presidente, Miguel Lendoiro— **fue creado en 1967, y su función es atender telefónicamente a personas que atraviesan situaciones de crisis o fantasías suicidas".**

—¿Por qué se eligió el teléfono como medio de comunicación entre el suicida y el voluntario?

—El teléfono es el vehículo más rápido. Para la persona que sufre crisis es más sencillo hablar de ese modo que personalmente.

"Además —apunta una de las voluntarias— **el hecho de que la persona no nos vea la cara, le permite imaginarnos. No nos conocen, entonces nos recrean como ellos necesitan que seamos. El anonimato, que se logra a través del teléfono, es también muy importante, porque entre la gente que llama y los voluntarios, no media ningún tipo de relación afectiva, y tampoco hay prejuicios de nuestra parte. Eso permite ser más objetivos, y dar mejor servicio en cada situación que nos toca atender".**

LA MUJER FRENTE AL SUICIDIO

Marta Arnossi, vicepresidenta del C.A.S., nos habla de la mujer frente al suicidio: **"La mujer llama más que el hombre. Suponemos que eso se debe, en parte, a que el sexo femenino es más proclive a pedir ayuda. El hombre guarda mayor celo de sus conflictos, es más omnipotente. Esto quizás esté en relación con el tradicional concepto de machismo. La mujer es la que acude más rápido cuando le tiramos un salvavidas. Sin embargo, estadísticamente, está comprobado que son las que menos se suicidan. Esto es bastante simple de dilucidar. Al recibir ayuda, desisten de su intento. El hombre, en cambio, no pide ayuda y concreta con más facilidad su cometido".**

—¿Hay alguna edad típica en la cual la mujer desencadena en crisis suicidas?

—No. Pero, generalmente los llamados que recibimos son de mujeres que tienen entre 18 y 35 años. Los problemas de unas y de otras son diferentes, pero siempre se relacionan con la incomunicación. La mujer suele necesitar una "oreja amiga" que la escuche. Y a esa persona le habla de sus problemas. En las más grandes, hay casi siempre inconvenientes en la relación de pareja, soledad, problemas con los hijos. En las más jóvenes, hay una dosis muy grande de frustración. Tienen problemas de identificación sexual, embarazos prematuros, peleas con el novio, falta de comunicación con los padres. Finalmente, todas han perdido sentido a la vida.

—Marta, ¿influye la problemática externa con la problemática interna que tiene el suicida?

—No. No tiene nada que ver. Justamente lo que debe observarse en este problema, es que en el suicida —hombre o mujer— se ha producido un cortocircuito entre lo interno y lo externo. En el suicidio no tiene que ver lo económico o cualquier otro factor contingente. Los problemas que nos vuelcan por teléfono los posibles suicidas son solo factores desencadenantes, que vienen muy relacionados con sus historias personales. El suicidio es un emergente de todos los problemas y conflictos que esa persona haya tenido en su vida.

—¿Las mujeres eligen distintos métodos para eliminarse que los hombres?

—Sí. La mujer prefiere, en general, maneras menos agresivas: toma pastillas, se asfixia con gas. El hombre es más contundente. Puede ser un balazo, tirándose abajo de un tren, ahorcándose.

—¿Qué le dicen las voluntarias a las mujeres que llaman decididas a quitarse la vida?

—No hay códigos. Nosotros aprendemos a "escuchar entre líneas". Se escucha lo que se nos dice, y también las cosas que se nos ocultan. Lo único que siempre tratamos de hacer es captar la necesidad de esa mujer o esa persona que nos pide ayuda, y abrirles el panorama. Colaborar, del modo que sea, en la tarea de encontrarle nuevamente un sentido a la vida.

COMO ES EL C.A.S.

"Nuestra institución —nos dice Miguel— **comprende 3 áreas: la Comisión Directiva, que es la encargada de todos los asuntos legales y administrativos; el cuerpo de profesionales, que supervisan los servicios que brinda el C.A.S., y finalmente el cuerpo de voluntarios y voluntarias, encargados de la atención telefónica de llamados. Nadie cobra por los trabajos que se realizan aquí. Nos mantenemos con la cuota que pagan nuestros asociados ($ 2.000.— por mes), con donaciones y también con festivales y espectáculos que organizamos para recaudar fondos".**

—¿Quiénes seleccionan a los aspirantes?

—Son los profesionales que trabajan aquí. Para ser voluntario, solo hace falta tener más de 21 años y pasar las entrevistas que oportunamente se realizan. Al formar parte del cuerpo de voluntarios, los profesionales cuidan bien de cerca su misión y los interiorizan con charlas formativas y períodos de entrenamiento.

—¿Es una tarea muy difícil de ejercer?

—La tarea del voluntario sin duda es una misión titánica. Pero hay que ganarle al tiempo. Algunos se proponen dar un buen servicio, pero los problemas que escuchan a diario a veces los desbordan. Además, aquí trabaja gente muy ocupada: estudiantes, amas de casa, profesionales. Pero dejan 4 horas de su día dedicadas al C.A.S. Lo que buscan es responder ante una necesidad que tiene la comunidad y colaborar, de este modo con ella.

LOS SUICIDAS Y EL MENSAJE DEL C.A.S.

—Marta, ¿cuántas llamadas reciben en el C.A.S.?

—Te puedo decir el recuento más reciente. Desde el 10 de setiembre hasta el 10 de octubre hubo más de 700. Pero aquí voy a hacer una distinción entre los tipos de llamados que recibimos. Por un lado, están los efectivos. Aquellos que parten de personas que llaman para hablar. Pero también figuran los mudos. Uno atiende el teléfono, dice el habitual "Buenos días o buenas tardes, ¿en qué podemos ayudarlo?" y sabés positivamente que hay alguien detrás de la línea, pero no habla. No dice una palabra. El voluntario trata de hacerlo entrar en la conversación, pero no siempre con éxito.

—¿Hay épocas en las cuales recrudecen los llamados?

—Sí. Para las fiestas, la primavera y durante el mes de febrero. Todo tiene su razón. Durante las fiestas, muchas personas se deprimen, se sienten más solas. En febrero, la mayoría de los analistas toman vacaciones. La persona se siente sola, desamparada. Y en primavera, ocurre que el deprimido nota un contraste, mucho más grande entre la vitalidad de los otros y su tristeza y decaimiento.

—¿El suicida tiene alguna característica en particular?

—Sí. La ambivalencia. Por un lado, quiere morir; por otro, seguir viviendo. Al llamarnos, prevalece la segunda opción. Y es justamente basándonos en esto que actuamos aquí en el C.A.S. Tratamos de focalizar los problemas que se nos plantean. Intentamos abrir puertas. El suicida es alguien que ya no puede pensar. Nosotros no sabemos si finalmente todos los que llaman se suicidan o no. Esto es una limitación. Pero también una suerte. Al voluntario solo le debe quedar claro que hizo todo lo posible para ayudarlo a salir.

—¿Quieren dar algún mensaje a los lectores?

—Sí. Decirles que el C.A.S. atiende todo tipo de crisis. No hace falta estar decidido a quitarse la vida para llamarnos. Quien se sienta solo, incomunicado, quien necesite una oreja amiga que lo escuche, puede discar el 826-1551. Del otro lado, habrá siempre alguien para ayudarlo.





N. (González Catán)

La escritura nos muestra a una persona de carácter tranquilo y modos suaves. Es prudente y reservada en sus manifestaciones de afecto, manteniendo distancia con los demás, porque la actitud demasiado razonadora, restringe la normal canalización de los sentimientos.

Posee buena asimilación intelectual. Es memoriosa y atenta. La sensibilidad para todo lo relacionado con expresiones artísticas. Aptitudes para la matemática, la medicina y la sicología. Puede trabajar como secretaria, o en cualquier trabajo de oficina, pues por su temperamento es capaz de estar quieta y sentada en el mismo lugar por mucho tiempo.

Trate de vencer un poco la rutina, para ganar en velocidad. Cuando encuentre novio mándeme la letra. Procure que sea un poco más dinámico, sino se va a aburrir mortalmente.

Salud buena en general, con algunos problemas en estómago, por ser amante de la buena mesa y por sus digestiones lentas.

P. M. V. (L. Oeste)

Se muestra más evolucionada y rápida de lo que realmente es. Algo obstinada e intransigente, pero capaz. Fuerte grado de ambición y deseos de poder, aunque se muestre humilde y sencilla. Quiere aparentar más edad. Trate de ser más espontánea, para que la sofisticación no apague su candor natural.

N.A.V. (Quilmes)

El grado de nerviosidad y excitabilidad que nos muestra esta escritura, nos habla de un sujeto inseguro, vacilante y contradictorio.

De carácter variable y de voluntad poco firme e inconstante.

Las reacciones explosivas del carácter, pueden hacerle cometer alguna imprudencia.

El normal grado de comunicación se ve afectado por un cierto grado de introversión y timidez, que imposibilita también una buena relación con su pareja.

Por su espíritu sensible, tiene condiciones de receptividad. Efectivamente es usted muy intuitiva, tiene corazonadas que se cumplen. Puede hacer un curso de control mental para desarrollar mejor esa capacidad, que le servirá también para ahuyentar los fantasmas internos que la acosan desde el pasado.

R.E.G. de S. (José C. Paz)

El temor, la timidez y la inseguridad otorgan al escribiente características contradictorias en su manifestación social pues se comporta de manera enfática, audaz y osada.

Originariamente de carácter con gran capacidad de adaptación, se ha vuelto en realidad un poco terca e inflexible.

Tiene ideas claras, pero el alto grado de excitación, le ha quitado sentido práctico para la ejecución de esas ideas.

Las dudas de lo que ocurrirá en adelante en su relación matrimonial la angustian un poco, y hace esfuerzos para que lo suyo no trascienda.

La represión que por diversas razones, está presente en la relación con su pareja, donde existe falta de calidez, es una constante, y en parte consecuencia de un estado de desconfianza y celos, que han agriado su carácter.

Señora: determinar la suerte de su futuro le corresponde a usted. Puede intentar salir un poco de sí misma y vivir en actitud un poco más altruista. Me parece que usted está queriendo tomar una decisión y no lo hace por el temor al futuro de sus hijos.

Problemas respiratorios.

* * *

Las personas que deseen un análisis grafológico de su personalidad, deben remitir una carta de no menos de seis renglones, con los datos personales y la firma completa, a nombre de **Dora Cancela de Miranda, Revista de la Mujer, Azopardo y Garay, (1063) Buenos Aires.**



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Los arianos, capricornianos y cancerianos, como usted notará, amiga lectora, son últimamente muy difíciles de tratar. Es de comprender: Saturno, Júpiter y en esta semana Venus también forma ángulos desfavorables con sus signos. Los arianos serán más agresivos y a la vez más susceptibles; los capricornianos, más encerrados; los cancerianos más absorbentes. Conviene tratarlos con suavidad, esperando mejores momentos astrales como por ejemplo para hacerles un pedido o presentarles un plan suyo, algo audaz.

Lo mismo valdrá para los niños de los signos arriba mencionados, pero en cuanto a ellos el trato ha de ser diferente. Los arianitos necesitarán disciplina, sí, como siempre, pero a la vez más explicación, más tolerancia de parte de los padres. Los capricornianos necesitarán diálogos casi "forzados", para que hablen de sus pequeños pesares... Y los cancerianos, especialmente las niñas, necesitarán más respaldo, más amistad de mamá, cuando esa amiguita, según ellas, las "traicione".

Muchas librianas estarán preparándose para el "gran momento": para presentar sus novios, o para presentarse en la familia de él. Nuestro consejo: que actúen con la mayor naturalidad posible, sin falsificar su personalidad. Recuerden: por más "actrices" que fuesen, no se puede vivir fingiendo durante toda la vida. Si algo llegara a no gustarles en la casa de los futuros suegros, conviene decírselos, claro está, que con esa manera tan libriana, tan suave, pero tan explícita.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

Días 11-12 y el 13 por la mañana: Luna en Capricornio. Favorece a las nacidas bajo signos de Tierra. Días muy oportunos para reflexionar, estudiar, reorganizarse.

Días 13 (por la noche) y los 14-15: Luna en Acuario. Peligro de accidentes para los signos "fijos": Tauro, Escorpio, Leo y Acuario, con consecuencias de pérdida de dinero. Favorece a las de signos de Aire en el arte y en el amor.

Días 16-17: Luna en Piscis: inspiración, espiritualidad, intuición. Las nacidas bajo signos de Agua son las más favorecidas.

HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos

Aries

Amor: conviene obrar con mucha diplomacia en los asuntos familiares para no deteriorar la relación de pareja. ¡Los días 11-12 son de cuidado!

Finanzas: compras poco oportunas, inducidas por una persona muy ambiciosa; usted no debe dejarse llevar por sus impulsos. Cuidado con las inversiones.

Salud: molestias visuales, fatiga.



Tauro

Amor: cambio de palabras por razones puramente materialistas, usted podría arrepentirse mucho de ciertas increpaciones. Los días que se salvan: 11-12.

Finanzas: un pequeño problema o demora que la descorazona; no obstante, se va solucionando lentamente un asunto legal o inversión.

Salud: mucha tensión nerviosa, ¡conviene salir!



Géminis

Amor: esta es una semana muy favorable, culminando en los días 14-15. Usted comprenderá pronto muchos puntos hasta ahora oscuros en la relación. Sorpresa agradable, invitación.

Finanzas: mejoran vertiginosamente. Posible compra para su coquetería o para la casa, muy buena.

Salud: comienzo de una nueva etapa, mejora.



Cáncer

Amor: es preciso que usted hable claro con su compañero, sin tapujos, sin miedos, ya que la tensión tan solo los separa y desmejora la relación. Días para hacerlo: 16-17.

Finanzas: pequeñas pero múltiples ventajas en negocios o compras caseras. Las "grandes" negativas.

Salud: conviene evitar los alimentos muy salados.



Leo

Amor: Peligro de problemas de pareja por un comentario, hecho o escuchado... Evite la interferencia de terceros entre usted y él, aunque se trate de su "mejor amiga".

Finanzas: momentos poco oportunos para concretar un negocio o compra; conviene esperar un poco más, estudiando el terreno.

Salud: buena, si usted hace ejercicios.



Virgo

Amor: momentos de serenidad y razonamiento; usted toma una decisión muy acertada, aunque se trate de una ruptura. Conviene el diálogo, pero usted debe iniciarlo.

Finanzas: etapa muy positiva, en son de continuación. Posible fin de un trámite engorroso; gastos en un viaje.

Salud: mejora mediante su sensatez y disciplina.



Libra

Amor: etapa muy feliz, usted está en el primer plano, ya que Venus transita en Libra. Los 14-15 le ofrecen una definición. Su magnetismo está en su plenitud, puede intentar un acercamiento.

Finanzas: muy buenas, posible inversión y los trámites correspondientes. Etapa muy afortunada.

Salud: ¡cuidado con comer demasiado!



Escorpio

Amor: su clave es la palabra, ¡pero en los días 14-15 todo diálogo se transforma en discusión! Recuerde que Mercurio y el Sol la apoyan, pero también la envanecen.

Finanzas: posible mudanza o cambio de lugar, trabajo o actividades. Usted necesitará asesoramiento legal, ¡esté alerta!

Salud: dinamismo, fuerza, recuperación.



Sagitario

Amor: la mejor manera de acercarse a su compañero es la amistad, y el interés por su persona, esas palabras amables y tiernas... Posible reencuentro feliz.

Finanzas: un plan o una actividad nueva la ocupará, y le dará satisfacciones. Muy pronto se solucionará un problema o deuda.

Salud: gran vitalidad, recuperación vertiginosa.



Capricornio

Amor: los días 11-12 son excelentes, la Luna está en Capricornio, usted emana serenidad y a la vez dulzura. Posible acercamiento espiritual, comprensión.

Finanzas: las inversiones, las ventas o los cambios amenazan con pérdidas y problemas. Procure no desprenderse de nada.

Salud: fatiga, conviene tomar más líquidos o vegetales.



Acuario

Amor: los días 14-15 traen la Luna acuariana, usted puede tomar una decisión muy importante. Iniciativa amorosa o la vuelta de una persona alejada; salida o invitación.

Finanzas: muy buenas, usted está ante un cambio inminente, su destino tomará un rumbo mejor. Nuevas conexiones laborales.

Salud: gran recuperación, pero también tensión.



Piscis

Amor: los días 16-17: Luna en Piscis, aliándose con Mercurio favorable: días ideales para un diálogo en serio con su pareja, para llegar a un acuerdo final. Posible reconciliación.

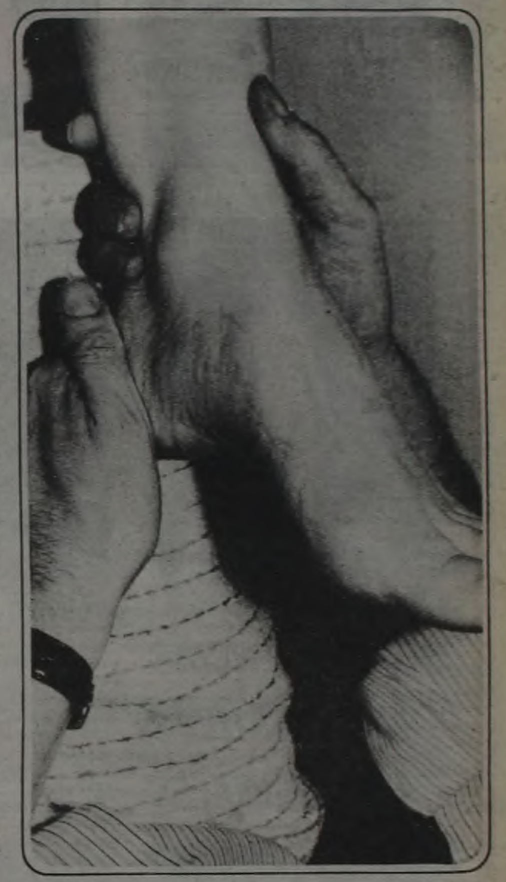
Finanzas: un "pequeño gran comienzo" y una lucidez mental extraordinaria le permitiráN mejorar su situación.

Salud: buena, ¡usted ya se recuperó muy bien!.

En el Cuidado de los Pies se Apoya el Equilibrio Corporal



Numerosas enfermedades podrían ser evitadas si desde la más temprana edad se cuidara la salud de los pies, ya que sobre ellos reposa la columna vertebral y el equilibrio corporal. Así como a través de los pies se puede detectar la aparición de diversas afecciones, de igual modo su estética y salud ayudan a consolidar el bienestar integral. Consejos y precauciones.







Los pies son eternos olvidados; solo cuando llega el verano y con él la necesidad de lucir sandalias o zapatos abiertos, la mayoría de las mujeres recordamos la necesidad de embellecerlos, para que luzcan armoniosos con el resto de la figura. Un tratamiento estético, sin duda, los renueva en su aspecto externo, desaparecen durezas, callosidades y asperezas. Pero esto es solo un aspecto que no gravita sobre la salud. Los pies soportan el peso de nuestro cuerpo permanentemente y son los encargados de sostener la columna vertebral en la posición correcta para evitar deformaciones o enfermedades. Cuidarlos, por lo tanto, constituye una necesidad para mantener la estabilidad física y evitar molestias desagradables.

DETECTORES DE ENFERMEDADES

—A través de los pies se detecta la aparición de diabetes en una persona —explica el podólogo Danilo—. **La piel de las pantorrillas se torna transparente y se la ve como si tuviera una capa de miel con manchas amarronadas. No es ésta la única enfermedad orgánica que se exterioriza a través de ellos, también desórdenes hepáticos, sífilis y por supuesto trastornos circulatorios. En cualquiera de estos casos, yo derivo a la paciente al médico especialista, dermatólogo, traumatólogo, etcétera.**

—¿Qué enfermedades son específicas de los pies?

—Hay dos tipos de afecciones, las adquiridas y las congénitas. Entre las primeras se presentan uñas encarnadas, dedos martillo o juanetes provocados por el mal uso del calzado. Las congénitas, en cambio, son el pie plano y juanetes que presentan características similares a las que alguno de los padres.

—¿Cómo se provocan las enfermedades adquiridas?

—Principalmente por el uso de calzado inadecuado. El exceso de tacos altos provoca un acortamiento en el tendón de Aquiles. Muchas mujeres se quejan de dolores cuando usan zapatos bajos, esto se debe a la reacomodación que sufre el tendón.

—¿Cuál es la altura ideal de los zapatos?

—No más de cuatro centímetros de taco, ya que todo exceso por sobre esta altura coloca a la columna, caderas y tobillos en posición flexionada; es similar a estar en un tobogán.

—¿Las malas posiciones determinan problemas?

—Por supuesto que sí, sentarse sobre un costado o cargar los hombros hacia adelante, mantener las piernas cruzadas mucho tiempo, generan algunos tipos de reuma y dolores articulares. Por ejemplo, una persona con propensión a la artrosis puede sufrir esa afección en la cadera por cargar permanentemente el peso de su cuerpo en una sola dirección. Los movimientos para acostarse en la cama también son importantes para evitar que esto suceda. Uno debe sentarse primero sobre el borde, luego apoyar los pies y piernas y finalmente el tronco y la cabeza; generalmente se hace lo contrario.

¡CUIDADO CON LOS ESCARPINES!

Danilo se graduó como podólogo, una disciplina auxiliar de la medicina, por la inquietud de cuidar y mantener en salud esta parte del cuerpo que nos transporta durante toda la vida y a la que no se le presta la debida importancia. Uno de sus objetivos es lograr que la población conozca a través de campañas sanitarias las funciones y los cuidados imprescindibles que requiere esta zona.

—Todas las madres deben preocuparse de los pies de sus hijos desde que son bebés y durante el crecimiento para evitar deformaciones posteriores.

—¿Qué cuidados requieren los pies de los bebés?

—Fundamentalmente, no deben estar presionados por medias o escarpines cortos. Los enteritos elásticos también son peligrosos ya que doblan los dedos hacia abajo y como éstos son muy débiles los adecuan a una posición incorrecta por lo que pueden ser luego dedos martillo.

—¿Desde qué edad se debe usar zapatos con arco?

—Casi todos los zapatos tienen el taco Thomas, con un arco pronunciado que estimula el natural del pie. Pero lo más importante es cuidar que los zapatos no sean cortos, que tengan puntas redondeadas y sean anchos. Estos consejos son válidos para toda la vida.

—¿Las zapatillas deforman los pies?

—No, además su uso es necesario para que los chicos jueguen libremente. Hay que elegir las más flexibles y las que tengan el arco modelado.

—¿Cuándo se presentan problemas en la formación del pie?

—En general, a partir de los tres años. Hasta esa edad el niño tiene pie plano y es natural; luego es conveniente que lo vea el pediatra y en casos de posibles complicaciones derivarlo al traumatólogo ortopedista para que verifique si la postura es incorrecta e indique el tratamiento.

ESTETICA DEL PIE

Luego del diagnóstico podológico y una vez resueltos los problemas que alteran un andar normal, Danilo realiza el tratamiento embellecedor. El primer paso consiste en remover cutículas y luego cortar las uñas de acuerdo con su forma y siguiendo la dirección natural de las mismas.

Posteriormente aplica una crema suavizante y nutritiva con la que comienza una sesión de masajes circulares que relajan los músculos y mueven las articulaciones.

Finalmente, pinta las uñas y culmina una sesión que para ser efectiva, debe realizarse por lo menos una vez al mes. De este modo, los pies sienten alivio del peso que soportan diariamente.

Para realizar esta nota se consultó al podólogo Danilo, Suipacha 1217.








LAS TENDENCIAS MAS FESTIVAS Y ORIGINALES PARA EL VERANO

Los colores neutros en todas sus posibles combinaciones y las sedas predominaron y cautivaron en el desfile **primavera-verano** que **Delmar** exhibió a beneficio de la **Asociación de Ayuda al Niño Cardíaco.**

Una deslumbrante serie de vestidos blancos de sedas naturales, labradas y lisas despertaron la admiración de la concurrencia. Hubo una acentuada preferencia por vestidos y conjuntos en blanco y negro, blanco-azul-rojo y azul-negro-blanco.

En cuanto a los estampados, se vieron rayas multicolores, especialmente en la línea sport, géneros estampados con motivos de pañuelos de Ungaro, París y motivos más sofisticados en shangtungs de seda natural.

Entre las creaciones para la temporada, se destacaron las chaquetas rayadas y laminadas combinadas con blusas de crepe de chine, tailleurs, conjuntos de seda natural con tops bordados en plateado, blazers en lino rayado y vestidos de seda natural italiana. Para las más jóvenes, predominaron motivos alegres y colores brillantes. Fue una de las colecciones que motivó calurosísimos aplausos.









